

令和8年度

東かがわ市 成人健康相談のご案内

野菜さいさい食べて
ちょこちょこ動こう♪



東かがわ市では下記の日程で成人の方を対象にした健康相談を行っています。

すべて**予約制**(無料)です。必ず、前日(平日の開庁時間内)までに長寿保健課 健康・長寿グループまでご予約ください。

●成人健康相談 受付時間 9:00～11:00

健診結果の見方を知りたい、生活習慣を見直したい等、健康についての相談を保健師等がお受けしています。血圧測定、尿検査、体重・体脂肪測定が行えますので定期的な健康管理にご利用ください。

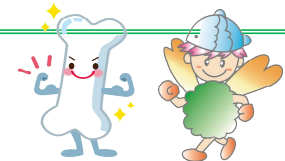
日付を囲んでいる日は、野菜摂取量の測定ができます。中指に光をあてるだけ！



| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------------------------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 引田保健センター (引田支所1階) | 6日(月) | 11日(月) | 1日(月) | 13日(月) | 3日(月) | 7日(月) | 5日(月) | 2日(月) | 7日(月) | 4日(月) | 1日(月) | 1日(月) |
| 大内保健センター (大内公民館入口左側) | 13日(月) | 18日(月) | 8日(月) | 6日(月) | 10日(月) | 14日(月) | 19日(月) | 9日(月) | 14日(月) | 18日(月) | 8日(月) | 8日(月) |

●骨密度相談 受付時間 9:00～11:00

20歳以上の方を対象に骨密度測定を実施します。右足踵で超音波測定を実施します。(裸足で測定します。)



| | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 |
|-------------------------|--------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|--------|--------|-------|-------|
| 大内保健センター (大内公民館入口左側) | 13日(月) | 18日(月) | 8日(月) | 6日(月) | 10日(月) | 14日(月) | 19日(月) | 9日(月) | 14日(月) | 18日(月) | 8日(月) | 8日(月) |

☆骨密度測定については、骨粗しょう症治療中以外の方の利用をおすすめします。

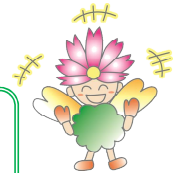
●栄養なんでも相談

管理栄養士による栄養相談です。各保健センターで実施します。ご予約は長寿保健課までお願いします。



●こころの健康相談

精神保健についての相談は長寿保健課までお問い合わせください。



【予約・問合せ先】 東かがわ市市民部長寿保健課 健康・長寿グループ TEL 26-1360 FAX 26-1339 (平日 8:30～17:15)